

## Consejo para padres: El trastorno obsesivo compulsivo

***Muchos chicos, especialmente durante la pre adolescencia, pueden presentar comportamientos raros. Para muchos, es sólo una etapa pasajera, pero para el 2 a 8% de los niños de entre 7 y 12 años, pueden indicar un trastorno mental llamado el trastorno obsesivo compulsivo (TOC).***

### **¿Qué es el trastorno obsesivo compulsivo?**

El trastorno obsesivo compulsivo es un trastorno mental. Aquellos que lo tienen no pueden dejar de obsesionarse con pensamientos, preocupaciones o imágenes en su mente, y generalmente desarrollan comportamientos ritualistas como una forma de aliviar temporalmente sus obsesiones. Este desorden puede ser genético, especialmente si hay un historial de esta enfermedad en la familia, pero puede que sea provocado por factores ambientales.

### **Ejemplos de comportamientos ritualistas**

Una niña pre adolescente pasa una buena parte de su tiempo manteniendo su cuarto y todo lo que hay en él en un orden en particular. Cuando alguien entra a su cuarto, lo ve como una invasión a su privacidad y eso le genera ansiedad. Su ansiedad empeora cuando el invasor (que es por lo general un hermano o hermana) mueve sus cosas y le ruega a su mamá que la o lo saque. Es muy exigente con sus amigos, y sólo les permitirá jugar en su cuarto o con sus cosas siempre y cuando sigan sus reglas. Su madre piensa que es una peculiaridad de su personalidad, y trata de respetar los deseos de su hija sin ceder en exigencias más extremas.

Otra niña pre adolescente lleva todos los días a cabo ciertos “rituales” que piensa la ayudarán a que su día sea mejor. Estos rituales han cambiado conforme pasa el tiempo, desde contar el número de gatos que ve camino a la escuela, a escribir ciertas palabras o frases diariamente en un cuaderno para enseñarle a su padre. Su papá ha sido diagnosticado con trastorno obsesivo compulsivo medio, y por ende su mamá es consciente de que los comportamientos de su hija pueden convertirse en un problema real si es que continúan sin ningún tipo de intervención.

### **Cuándo preocuparse**

¿Cuándo es que las excentricidades de un niño se convierten en un trastorno mental? ¿Cuál es la diferencia entre un niño que le gusta tener su cuarto ordenado y un niño que tiene el trastorno obsesivo compulsivo? Eso depende, en cierto modo, de a quién le haga esa pregunta. Pero hay algunos indicadores que puede consultar con su pediatra o con un experto en salud mental:

- La necesidad de orden y limpieza en un área de la casa o en su propia persona parece causarle mucha preocupación o ansiedad al niño; o pasa mucho más tiempo

manteniendo un cierto orden, nivel de limpieza o apariencia, que un niño promedio de su edad.

- El niño tiene ciertos rituales que tiene que completar para poder sentirse “normal” o tranquilo. Estos pueden ser rituales de conteo o de limpieza; el tener que decir o escribir la misma palabra repetidamente, aún si no tiene mucho sentido; o rituales que tienen que ver con su manera de caminar, moverse o de gesticular. También se pueden incluir rituales de “chequeo” – cuando el niño chequea algo, como por ejemplo dónde deja su ropa, si cerró bien su puerta, o si apagó su computadora, una y otra vez.
- Muchos niños, especialmente durante la pre adolescencia, desarrollan comportamientos o hábitos “excéntricos” que pueden incluir este tipo de rituales. Sin embargo, los padres deberían preocuparse si su hijo se siente sumamente ofuscado si su ritual ha sido interrumpido o si pasan mucho tiempo llevándolos a cabo.
- Pensamiento obsesivo. Esto sucede cuando un niño está inusualmente preocupado o inquieto por algo en particular, y tiene dificultad para pensar en otras cosas. Pueda que el niño parezca distraído, retraído o incluso distante. O, pueda que continúe discutiendo sobre un tema o preocupación en particular una y otra vez. El pensamiento obsesivo en los niños tiene que ver por lo general con gérmenes, limpieza, enfermedades, accidentes y su propia muerte o los seres queridos, o con que les vaya bien en la escuela.

**Para mayor información:**

National Institute of Mental Health: Obsessive-Compulsive Disorder  
Kidshealth.org's Obsessive-Compulsive Disorder article

***Ayúdanos a que nuestra comunidad crezca – ¡Mándale este artículo a un amigo!***

